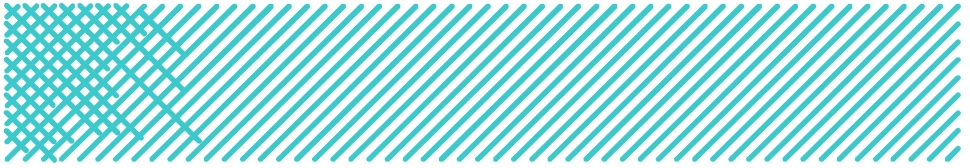




# Casal Cívic i Comunitari

Santa Coloma de  
Gramenet - Albert Francàs



GENER /  
MARÇ  
2024



Generalitat de Catalunya  
**Departament  
de Drets Socials**

X @acciocivicat

Instagram @....



# Casal Cívic i Comunitari

Santa Coloma de Gramenet -Albert Francàs

Rambla Sant Sebastià 46  
Santa Coloma de Gramenet

El Casal Cívic i Comunitari **Sta. Coloma de Gramenet-Albert Francàs**-, adscrit a la Direcció General d'Acció Cívica i Comunitària del Departament de Drets Socials, es va inaugurar l'any **1978**.

És un espai públic obert a tothom: infants, joves, grans, i entitats, on podeu participar en diferents activitats, com tallers, conferències, exposicions, etc., que us permeten relacionar-vos, fomentar les vostres aficions, ampliar coneixements i formar part d'un projecte col·lectiu.

Ofereix un seguit de recursos per reforçar projectes adreçats a la millora de la comunitat, fomentar el desenvolupament integral de la persona, promoure els valors cívics i donar suport al teixit associatiu en el seu compromís amb la societat.

**Horari** : de dilluns a divendres de 9 a 21h i dissabte, de 10 a 21 h (de 13.30 a 15h accés exclusiu pel servei de menjador). I diumenge, de 10 a 14



## SERVEIS

### **Perruqueria**

*Cal disposar de carnet d'espai de gent gran.*  
de dilluns a divendres

### **Podologia**

*Consultar horaris al Casal. Cal disposar de carnet d'espai de gent gran.*

### **Cafeteria/menjador**

*Tancat temporalment*



## ESPAI PER A TOTHOM

### **Sala gran**

de dilluns a divendres de 9 a 13.30h i de 15h a 21h  
diumenges de 10 a 14h

### **Espai Lectura**

de dilluns a divendres de 9 a 13.30h i de 15h a 21h  
diumenges de 10 a 14h



////////////////////  
**ACTIVITATS FÍSQUES**

**Zumball**

del 5 de febrer al 20 de març  
dilluns i dimecres, de 19.30 a  
20.30h

a càrrec de Cristina Espada  
Casal

**loga**

del 1 de febrer al 21 de març  
dimarts i dijous,  
de 10 a 11h-grup 1  
de 11.15 a 12.15h-grup 2

a càrrec de Ana Garcia  
Casal

**En Forma!**

Programa de Gent Gran de la  
Fundació “La Caixa”  
del 29 de gener al 20 de març,  
de 11.15 a 12.15 h  
Casal, amb la col·laboració de  
la Fundació “La Caixa”

**En Forma 2**

Programa de Gent Gran de la  
Fundació “La Caixa”  
del 29 de gener al 20 de març,  
de 12.15 a 13.15 h  
Casal, amb la col·laboració de  
la Fundació “La Caixa”

**Taitxí**

del 1 de febrer al 21 de març  
dimarts i dijous, de 17.30 a  
18.30h  
a càrrec de Jordi Marin  
Casal

////////////////////  
**ACTIVITATS MANUALS I  
ARTÍSTIQUES**

**Treballs manuals**

del 2 de febrer al 22 de març  
divendres, de 10 a 12h  
a càrrec de Nelly Vega  
Casal

**Mandales**

del 29 de gener al 22 de març  
dilluns, de 11 a 12.15h  
Casal, amb la col·laboració del  
Programa Sempre  
Acompanyats i la Fundació  
Tallers



### **Puntes de coixí**

del 10 de gener al 20 de març  
dimecres, de 10 a 12 h  
a càrrec de M<sup>a</sup> Luisa Morcillo  
Associació de Gent Gran Santa  
Coloma-Rambla  
gratuït

### **Pintura de tela**

del 10 de gener al 20 de març  
dimecres, de 12.15 a 13.30 h  
a càrrec Marga Luna  
Associació de Gent Gran Santa  
Coloma-Rambla  
gratuït

### **Dibuix i pintura**

del 11 de gener al 21 de març  
dijous, de 16 a 18 h  
a càrrec de Jose Antonio  
Domínguez  
Associació de Gent Gran Santa  
Coloma-Rambla  
gratuït

### **Ganxet i punt d'agulla**

del 9 de gener al 26 de març  
dimarts, de 16 a 18 h  
a càrrec Jacinta Luengo  
Associació de Gent Gran Santa  
Coloma-Rambla  
gratuït

### **Labor de retalls -Patchwok**

del 10 de gener al 20 de març  
dimecres, de 16 a 18 h  
a càrrec de Carmen Cerro i  
Elena Garcia  
Associació de Gent Gran Santa  
Coloma-Rambla  
gratuït



////////////////////  
**ARTS ESCÈNIQUES I  
MUSICALS**

**Só preenregirat-*Playback***

del 19 de gener al 22 de març  
divendres, de 17.15 a 19.30 h  
a càrrec de Pedro Rubio  
Associació de Gent Gran Santa  
Coloma-Rambla  
gratuït

**Ball línia**

del 9 de gener al 27 de març  
dimarts, de 18.45 a 19.45 h –  
grup 1  
dimecres, de 15.30 a 16.30 h –  
grup 2

a càrrec d'Isabel Lopez – grup  
1 i d'Isabel Gúzman – grup 2  
Associació de Gent Gran Santa  
Coloma - Rambla  
gratuït

**Cant coral**

del 7 de febrer al 20 de març  
dimecres, de 17.30 a 19.15 h  
a càrrec de Joan Celma  
Casal

**Musicoteràpia**

del 7 de febrer al 20 de març  
dimecres,  
de 16.30 a 17.30 h  
a càrrec de Joan Celma  
Casal

**Teatre**

del 23 de gener al 19 de març  
dimarts, de 11.30 a 13.15 h  
a càrrec de Xavier Morán  
Casal

**Sardanes**

del 2 de febrer al 22 de març  
divendres, de 12 a 13 h  
a càrrec de Jordi Fortuny  
Casal

**Ball de sevillanes**

del 11 de gener al 21 de març  
dijous, de 19.30 a 20.30 h  
Associació de Gent Gran Santa  
Coloma-Rambla  
A càrrec de Monica i Marga  
Gómez  
Gratuït



////////////////////  
**FORMACIÓ I  
CREIXEMENT PERSONAL**

**Relaxació i benestar**

del 5 de febrer al 18 de març  
dilluns, de 17.30 a 18.30 h  
a càrrec de Xavier Morán  
Casal

**Entrenament de la memòria**

del 5 de febrer al 18 de març  
dilluns, de 16.45 a 18 h-grup 1  
dilluns, de 18 a 19.15 h-grup 2  
a càrrec de Cristina Espada  
Casal

**Converses en català**

del 11 de gener al 21 de març  
dijous, de 11 a 12.30 h  
Associació de Gent Gran Santa  
Coloma-Rambla  
a càrrec de Joan Boldú  
gratuït

**Poesia**

del 16 de gener al 19 de març  
dimarts, de 12 a 13 h  
Associació de Gent Gran Santa  
Coloma-Rambla  
a càrrec de Luis Ruiz  
gratuït

**Alfabetització**

del 17 de gener al 20 de març  
dimecres, de 16 a 18 h  
Associació de Gent Gran Santa  
Coloma-Rambla  
a càrrec de Maria Garcia  
gratuït

**Viure es descobrir-me**

Programa de Gent Gran de la  
Fundació "La Caixa"

*Donar eines per sentir-se  
actiu/va i mantenir-se en  
forma*

del 19 de gener al 22 de març  
divendres, de 10 a 11.30 h  
Casal, amb la col·laboració de  
la Fundació "La Caixa"

**Despertar amb un somriure**

Programa de Gent Gran de la  
Fundació "La Caixa"

*Conèixer els hàbits adequats  
per gaudir d'un bon descans*  
del 7 al 21 de febrer  
dimecres, de 9.15 a 11.15 h  
Casal, amb la col·laboració de  
la Fundació "La Caixa"



### **Vestir i benestar**

Programa de Gent Gran de la Fundació "La Caixa"  
*Oferir consells sobre la millor manera d'utilitzar les peces de roba segons salut i moda*  
del 28 de febrer al 13 de març  
dilluns, de 10 a 11 h  
Casal, amb la col·laboració de la Fundació "La Caixa"

### **Entrena**

Programa de Gent Gran de la Fundació "La Caixa"  
*Activitat física i funcional per a persones amb alguna dificultat a les activitats vida quotidiana*  
del 29 de gener al 18 de març  
dilluns, de 9.15 a 11.15 h  
Casal, amb la col·laboració de la Fundació "La Caixa"

### **Amics/gues Lectors/es**

Programa de Gent Gran de la Fundació "La Caixa"  
del 31 de gener al 20 de març,  
dimecres de 17.30 a 19 h  
Casal, amb la col·laboració de la Fundació "La Caixa"

### **Esriptura creativa**

Programa de Gent Gran de la Fundació "La Caixa"  
del 1 de febrer al 21 de març,  
dijous de 16 a 18 h  
Casal, amb la col·laboració de la Fundació "La Caixa"





## //////////////////// NOVES TECNOLOGIES

### **Iniciació a la Informàtica**

Programa de Gent Gran de la Fundació “La Caixa”

*Facilitar l'accés a noves tecnologies*

del 5 al 28 de febrer  
dilluns i dimecres de 16 a 18h  
Casal, amb la col·laboració de la Fundació “La Caixa”

### **WhatsApp**

Programa de Gent Gran de la Fundació “La Caixa”

*Fomentar l'autonomia a l'activitat digital*

del 5 al 14 de febrer  
dilluns i dimecres de 10 a 12h  
Casal, amb la col·laboració de la Fundació “La Caixa”

### **Fes tràmits per internet**

Programa de Gent Gran de la Fundació “La Caixa”

*Aprendre a comunicar-se per internet*

del 6 de febrer al 7 de març  
dimarts i dijous de 10 a 12h  
Casal, amb la col·laboració de la Fundació “La Caixa”

### **Aula Oberta Informàtica**

Programa de Gent Gran de la Fundació “La Caixa”

*Facilitar recursos per a resoldre dubtes i repassar temàtiques sobre les noves tecnologies*

del 30 de gener al 22 de març  
dimarts, de 16 a 18 h i  
divendres, de 10 a 12 h  
Casal, amb la col·laboració de la Fundació “La Caixa”

### **Aula Oberta Informàtica amb portàtil**

Programa de Gent Gran de la Fundació “La Caixa”

del 30 de gener al 22 de març  
dimarts, de 18 a 19.30 h  
Casal, amb la col·laboració de la Fundació “La Caixa”



////////////////////  
**LLEURE I TRADICIONS**

**Balls**

del 5 de gener al 22 de març  
divendres, de 16.30 a 19.30 h  
Associació de Gent Gran Santa  
Coloma-Rambla  
4 euros/sessió

////////////////////  
**ENTITATS**

**Associació gent gran Santa  
Coloma-rambla**

*Promouen activitats culturals,  
formatives i artístiques.  
Col·laboren amb programes i  
actuacions per la gent gran  
d'administracions públiques i  
entitats de la nostra ciutat.*  
de dilluns a divendres  
de 11.30 a 13.30 h  
i de 17.30 a 19.30 h



## //////////////////// INSCRIPCIONS I INFORMACIÓ

Inscripcions el 9,10 i 11 gener  
2024.

Podeu fer la vostra  
preinscripció presencialment,  
per telèfon o en l'enllaç que  
segueix: [clicar aquí](#)



Les activitats organitzades pel  
Casal (Direcció General d'Acció  
Cívica i Comunitària) són  
gratuïtes. **El material necessari  
va a càrrec de les persones  
inscrites.** Les places a les  
activitats són limitades. La  
realització d'una activitat està  
condicionada a la inscripció  
d'un nombre mínim de  
persones. Tres faltes  
d'assistència sense justificació  
prèvia impliquen la pèrdua de  
la plaça.

Les activitats organitzades per  
les entitats són responsabilitat  
d'aquestes, així com els  
requisits per accedir-hi.

934662752

677270872

[santacolumadegamanelaberfrancas@gencat.cat](mailto:santacolumadegamanelaberfrancas@gencat.cat)

**012**  
**gencat.cat**  
COMISSARIAT D'ACCIO CIVICA I COMUNITARIA



Generalitat de Catalunya  
**Departament de Drets Socials**